

9

prosent av amerikanske HR-direktører mener at tirsdager er arbeidstakeres mest produktive dag. Dette viser en ny amerikansk studie.

Over 300 HR-direktører har svart på hvilken dag i uken de mener de ansatte jobber mest. 39 prosent svarte tirsdag. På torsdager og fredager blir det gjort minst, ifølge studien. Sjefene mente også at timene mellom klokka 10 og klokka 12 på dagen er de mest effektive, ifølge duochjobbet.se.

Samarbeid viktig for å komme tilbake i jobb

For at ansatte med kroniske muskelsmerter skal kunne returnere til jobb, er det viktig at den ansatte, arbeidsgiver og rehabiliteringstjenesten, greier å samarbeide. Dette viser en norsk kvalitativ studie publisert i Scandinavian Journal

of Occupational Therapy. Den ansatte trenger å ha en positiv dialog med arbeidsgiveren, som trenger hjelp til tilrettelegging på arbeidsplassen og vil involvere seg mer i rehabiliteringen. Førsteforfatter er K. Jakobsen.

selvmordstanker

Flere søker hjelp på grunn av jobben

– Det er gledelig at andelen av personer med selvmordstanker går ned, men 24 prosent er fortsatt en stor andel, sier leder Øystein Melbø Christiansen i Legeforeningens utvalg for legehelse.

Øystein Melbø Christiansen er leder for utvalget som koordinerer støttekollegaordningen. Han er selv støttekollega, og han erfarer at jobben blir en stadig større årsak til problemer hos legene.

– Tidligere søkte mange hjelp på grunn av psykiske problemer eller problemer hjemme, men nå ligger problemer på jobben på topp.

En del av kollegene sliter med å tilpasse seg byråkratiske oppgaver. – De vil ha mer tid med pasienten og mindre til rapportering av parametere som ikke virker klinisk viktige, tilføyer han.

Angst for mediene

Leger er dessuten en gruppe som ofte er svært opptatt av at det de gjør, skal være korrekt.

– Dette er i og for seg bra, små feil kan gi alvorlige konsekvenser. Men dokumenteringskravet til den minste ting medfører massiv oppramsing av negative funn. Medienes fokus på feil øker angsten for å bli hengt ut i pressen, sier han.

Mange leger opplever en konflikt mellom familie og jobb, som kan føre til et økt stressnivå, mener han. En del leger kan også ha problemer med å søke hjelp i tide. – Etter min erfaring haster det derfor ofte når en lege omsider ber om hjelp, sier han.

«Må tåle smerten»

– Psykiatere kan være noe mer utsatt enn andre spesialiteter, hvorfor?

– Psykiatere og psykologer spør ofte pasienter om deres selvmordstanker, så temaet ligger fremme. De må tåle smerten ved å få innblikk i mange vonde detaljer fra menneskers liv. Dette kan være tungt å legge fra seg, påpeker Christiansen, som selv er psykiater.

Mari Rian Hanger 995 86 297
mari.rian.hanger@dagensmedisin.no



FOTO: VIDAR SANDNES

Psykiatere og psykologer må tåle smerten ved å få innblikk i mange vonde detaljer fra menneskers liv. Dette kan være tungt å legge fra seg

Øystein Melbø Christiansen, psykiater og leder for Legeforeningens utvalg for legehelse

trekk og alvorlige livshendelser, sier Rosta.

Verken kjønn, alder, jobbtillfredshet eller spesialitet gjorde utslag på de seriøse selvmordstankene i det norske materialet.

På nivå med Tyskland

Rosta har sammenlignet de 528 norske sykehuslegene med tyske sykehusleger. Sykehuslegene er plukket ut fordi det tyske utvalget

kun besto av sykehusleger. Forekomsten av selvmordstanker var lik i de to landene.

– Men i analysene med data fra begge land så vi at kvinner og psykiatri som spesialitet er signifikante prediktorer for «noensinne ønsket egen død». Kvinnelige sykehusleger og psykiatere har altså noe mer selvmordstanker, men trenden er ikke på noen måte alarmerende, sier Rosta.

Forskjellene slår ut her fordi det samlede utvalget av sykehusleger blir større enn gruppen av norske leger, slik at gruppeforskjeller lettere blir statistisk signifikante.